



CriAtivar

RECURSOS TERAPÊUTICOS

Idealizadora:

Débora Barboza Rodrigues Martins

Psicóloga e Neuropsicóloga

CRP: 06/131118

Desenvolvendo a Autoestima

Objetivo:

- Ajudar no desenvolvimento da Autoestima;
- Entender as crenças do adolescente através da autopercepção.

Aplicação:

- O adolescente deverá preencher os campos solicitados;
- Você irá fazendo as intervenções a qualquer momento e conforme for necessário, além da psicoeducação.



Siga-me no Instagram:
[@criativar.recursosoterapeuticos](https://www.instagram.com/criativar.recursosoterapeuticos)



CriAtivar

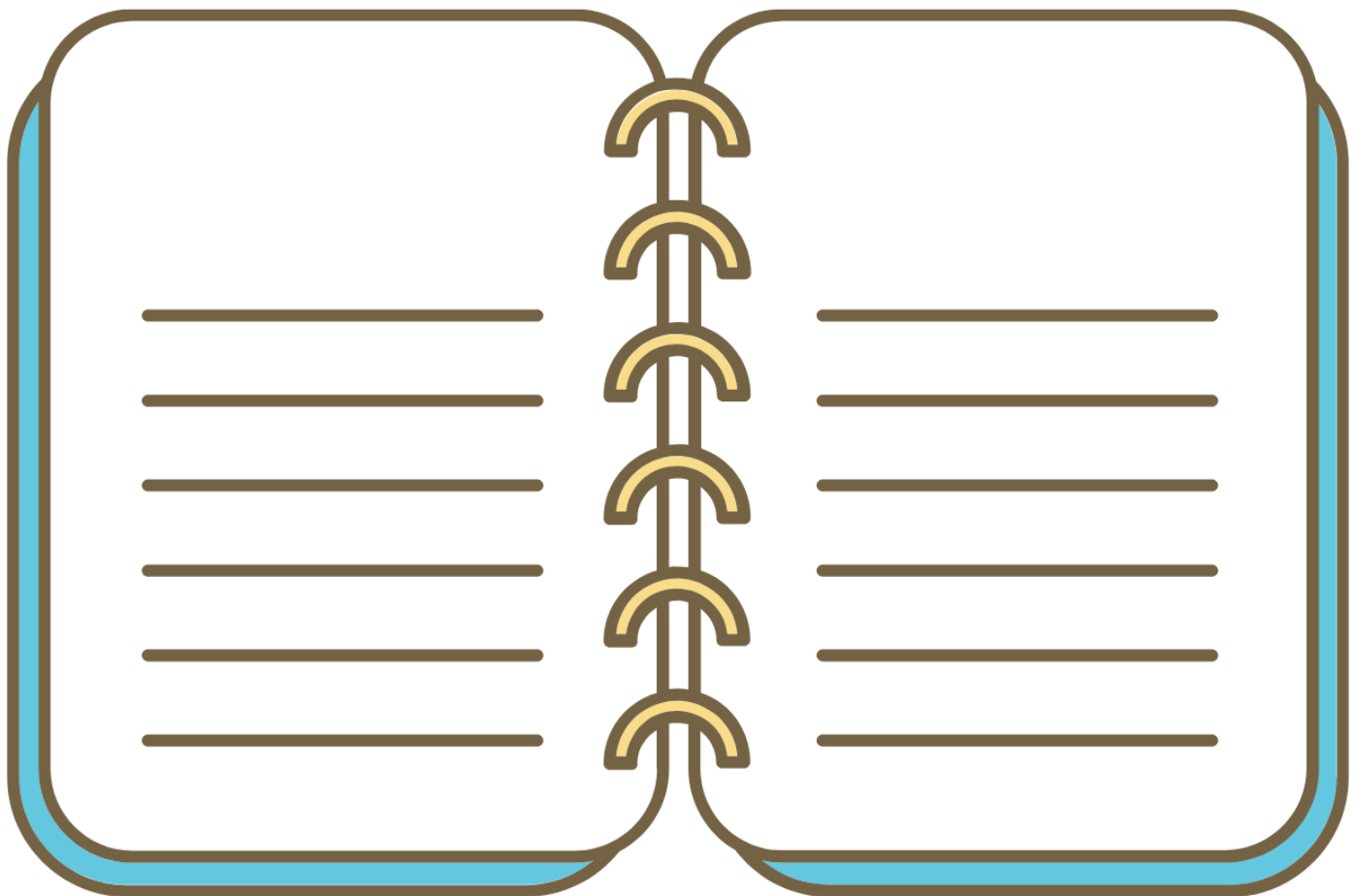
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Autoestima

Como eu me percebo:

Minhas Qualidades

Meus Defeitos



Qual é a sua melhor qualidade?

Qual é o seu pior defeito?



CriAtivar

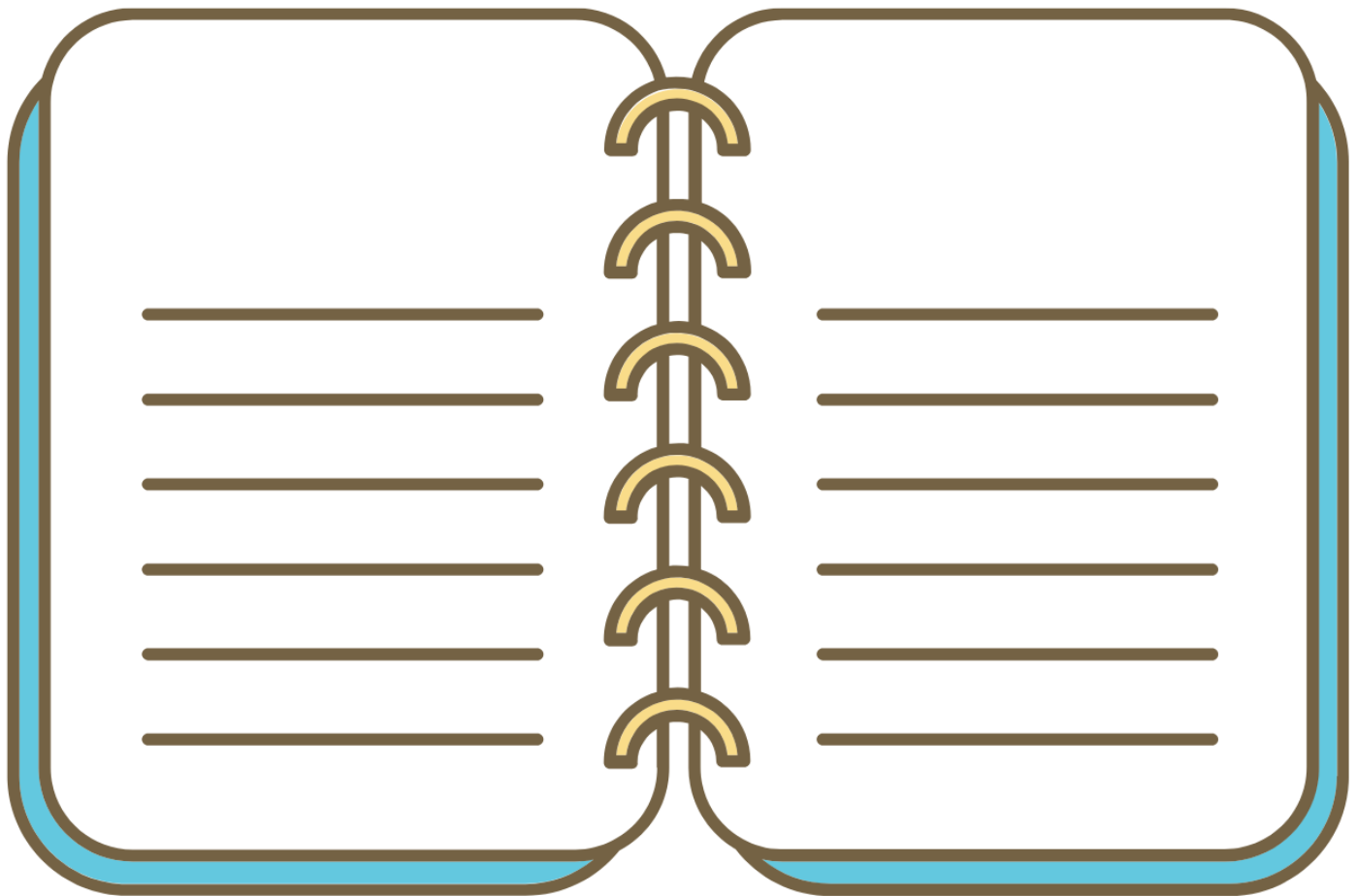
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Autoestima

Como os outros me percebem:

Suas Qualidades

Seus Defeitos



CriAtivar

RECURSOS TERAPÊUTICOS

Autoestima

Como eu gostaria de ser:

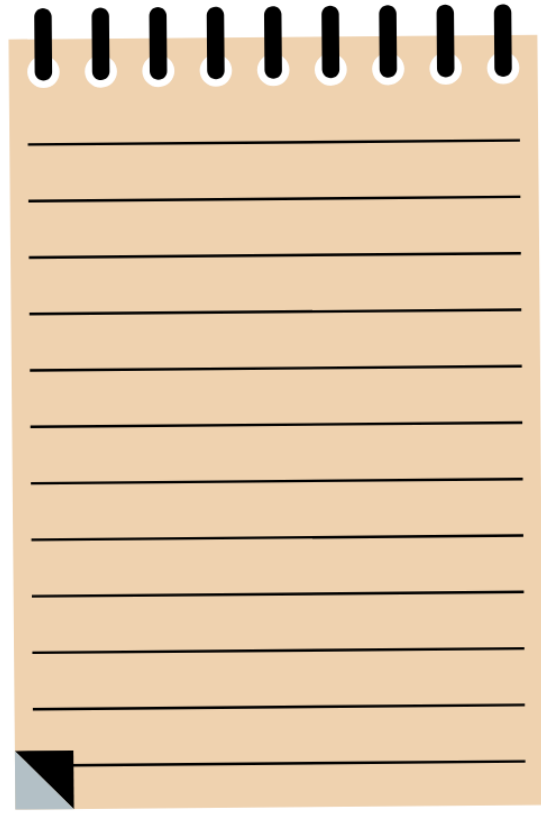
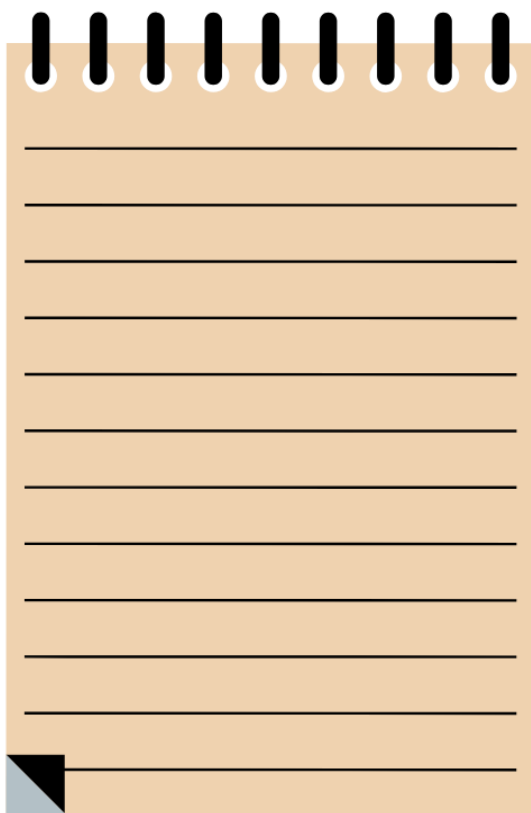
An illustration of an open spiral-bound notebook. The notebook has a brown cover with a light blue spine. The pages are white with horizontal brown lines. The spiral binding is in the center, with yellow and brown rings. The notebook is open to two blank pages, each with ten lines.

CriAtivar

RECURSOS TERAPÊUTICOS

Autoestima

Coisas que eu faço que me deixa
orgulhoso



CriAtivar

RECURSOS TERAPÊUTICOS